活動資訊

國訓中心 · 參訪行程

活動名稱： 2026青領派 主題活動(三)《青領見習副本》國訓中心參訪
活動日期： 12/18（五）
活動時間： 12:10集合報到，預計17:40返回嘉義 （ 集合&解散地點 嘉義大學新民校區(嘉科實中) ）
參訪地點： 國家運動訓練中心
適合對象： 各校運動社團、體育校隊及對運動有興趣的 嘉義地區高中職學生、相關老師
報名截止： 11/25（三）17:00
活動費用： 全程免費（含交通、保險）
報名連結： https://forms.gle/rE8nLAd4XhGyvhDy9

🔔 未滿18歲者須由家長簽署同意書；實際參觀場館依當日開放情形安排。
家長同意書回傳 e-mail：**chiao.2nd@gmail.com** 或透過 青領派IG @schoolplayer_chiayi 圖片回傳

指導單位：嘉義市政府
主辦單位：嘉義市勞青處
執行單位：初二行銷
聯絡資訊：(03)260-9910 分機201 王先生 （或請直接私訊 2026青領派IG @schoolplayer_chiayi）

《青領見習副本》參訪活動 — 國訓中心

主題活動 · 社團中的職能體驗 × 主題參訪

公關季 10-12月

適合對象：各校運動社團、體育校隊等

國家運動訓練中心 TSTC Taiwan Sports Training Center

活動說明

社團的職能探索，開設「移地參訪」課程，預計參訪「國家運動訓練中心」，提供社團青年場域體驗、職場見習等多元學習機會。

參訪地點介紹

國家運動訓練中心，是臺灣培育國家級優秀選手、備戰國際賽事的重要訓練基地。透過參訪專業訓練環境，青年夥伴能近距離認識頂尖運動員的養成歷程、團隊紀律與運動職涯，拓展對競技體育及多元專業發展的想像，兼具教育、啟發與生涯探索價值。

#場域體驗　　#職場探索　　#主題參訪



SDGs指標　#3健康與福祉　#4 優質教育
#8 合適工作與經濟增長



見習流程與場域介紹

國訓中心 · 參訪行程

活動流程

時間	時長	內容	備註
12:10–12:30	20′	集合報到	
12:30–14:10	100′	交通車程 （前往國訓中心）	遊覽車前往
14:10–14:20	10′	整隊預備參訪	上廁所、飲水
14:20–15:50	**90′**	**國訓中心參訪**	**國訓中心導覽、設備講解**
15:50–16:00	10′	整隊預備返程	上廁所、飲水
16:00–17:40	100′	集合返回，返回嘉義	
17:40	—	活動結束	





見習流程與場域介紹

國訓中心 · 參訪行程

場域亮點 | 尖端運動科學與選手照護

- **國訓中心使命**：透過影片認識國訓中心培訓使命、選手生活與備戰日常，了解頂尖運動員追逐國際賽事的歷程。
- **多元專項場館**：參觀體操、羽球、排球、桌球、舉重及綜合訓練場，感受國手精進技術的日常。
- **科學化體能訓練系統 - 重量訓練室**：走進高規格重量訓練室，依據選手需求規劃肌力、爆發力與身體機能訓練。
- **運動防護設備與技術 - 運動防護室**：了解傷害預防、身體評估、恢復照護等專業知識，建立正確且安全的運動觀念。

學習最新運動科技 — 建立健康運動觀念



